



冬の保健だより

名東保育園

令和5年 1月19日発行



コロナウイルス第8波の感染者数が全国的に増え続けています。園では各家庭内での感染にとどまっています。インフルエンザは、この2年間流行がみられませんでした。1月19日現在、延べ数5クラス22人の園児が罹患しています。園では感染予防策を再度確認しています。家庭でも下記の内容を参考にしてみてください。

新型コロナウイルス

< 症状 >

発熱（微熱・1日で下がる例も多い）、咳、鼻汁、のどの痛み、倦怠感、頭痛

< 感染時期 >

発症2日前から、7～10日ほど

< 潜伏期間 >

現在主流のオミクロン株は、2～3日ほど

< 感染予防 >

★①手洗い / ②手指のアルコール消毒 / ③マスクを触らないよう注意！

→人は、無意識に何度も顔を触ります。目・鼻・口などの粘膜を通して感染します。

★④換気 / ⑤密集環境を避ける / ⑥マスク着用 / ⑦人との距離をとる

→「密閉空間」「人が密集」「近い距離で会話」が感染しやすい。

< 療養（隔離が必要な）期間 >

発症日を0日として翌日から7日間経過、かつ症状軽快後24時間。

8日目に隔離解除。10日目までは健康観察期間。

< 濃厚接触者 >

同居家族は濃厚接触者にあたります。

健康観察期間は、感染者との最終接触日または「感染対策開始日」を0日として、

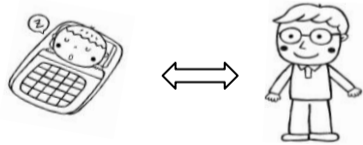
翌日から5日間。6日目に解除。感染対策がとれない場合は、感染者の療養（隔離）

～ 家庭内での「感染対策」とは ～

★「隔離」できるとよいですが、難しい場合は・・・

「過ごす空間・寝る部屋を分ける」「食事を一緒に取らない」など対策を。

1, 部屋を分ける



2, 世話をする人を限定



3, 家でも家族全員マスク



4, 部屋の換気



5, 家族でこまめな



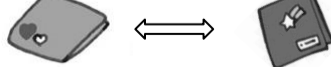
6, ドアノブなど共用部分の消毒



7, 感染防止のため入浴は最後

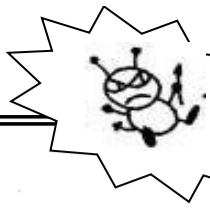


8, タンクの共有はしない

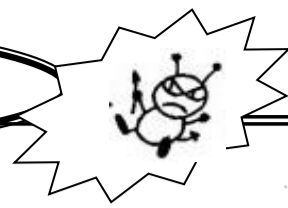


9, ゴミ（鼻汁・唾液）を密封し破棄





インフルエンザ



加湿 ・ 高温 ・ アルコール消毒 が キライ!!

潜伏期間

1~3日



症 状

- 突然の高熱 ●頭痛 ●筋肉痛 ●関節痛
 - 咳 ●鼻水 ●嘔吐 ●下痢 など
- ※熱は3~5日続きます。一日でも下がる事や、下がってまた上がる事もあります。

治 療

- 治療薬は発症後、48時間以内に開始すると効果があります。
- 解熱剤は医師の指示で。



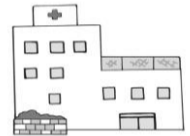
合 併 症

- 脳症 ●髄膜炎
- 肺炎 ●中耳炎



こんな症状は受診を!

- 苦しそうな咳
- ぐったりしている
- 顔や爪が蒼白い
- 嘔吐、下痢を繰り返す
- 耳を痛がる



家での過ごし方・・・

- 家族に移らないよう、できるだけ別部屋で(隔離して)過ごしましょう。
- 鼻汁・・・感染源です。ゴミは密封して捨てましょう。
- 家族とタオルは別にしましょう。
- 飛沫は感染源です。マスクをしましょう。

< 登園について >

- 発症を0日とし、翌日から5日間経過しての登園です。熱が長引いた場合は解熱から3日経過後です。(名古屋市の指導より)
- 治療薬内服中は登園を見合わせてください。



乳・幼児の肌



大人の肌はサランラップ一枚分ほど、子どもの肌はその半分ほどの薄さです。冬は特に空気が乾燥しやすい時期。肌荒れを防ぐためにどんなことに気を付けると良いでしょう。

- 生後8ヶ月頃までは、肌トラブルがなくとも保湿してあげる方が良いでしょう。
- 保湿はお風呂上りと朝に、たっぷりと。一日2回程。
- 肌トラブルが気になる子は、主治医や皮膚科医に相談し、処方通りに塗りましょう。
- 医師から処方された時以外で、市販の皮膚軟化作用がある尿素やサルチル酸入りは乳幼児にはむきません。(×パスタロンソフト・クリーム、×ケラチナミンコーワなど)

皮膚はウィルスや細菌、アレルギー物質が入り込まないように守る働きもしています。
皮膚トラブルがあると、皮膚の奥の免疫細胞や痒みの神経が刺激されやすくなります。

